

## Vorträge

### Das Universum von Depeche Mode

*Dr. Igor Wroblewski*

Depeche Mode ist eine absolut einmalige Erscheinung: Auf der einen Seite eine äußerst erfolgreiche Pop-Rock-Band, die in den größten Stadien auftritt, auf der anderen Seite ein laufendes vielschichtiges und vielseitiges Klangexperiment mit Exkursen in völlig unerwartete Richtungen. Auf der einen Seite ein „düsteres“ Image als Vorlage für eine ganze Fan-Subkultur, auf der anderen Seite mehrdeutige philosophische Texte. Wir nähern uns dem faszinierenden Phänomen anhand von ausgewählten Musikstücken und Videoclips.

**241-1432**

Dienstag, 19.3.2024, 18-19.30 Uhr

Leinfelden, VHS am Neuen Markt, Atelier, € 15

### Wie Weiter – Der Nahost-Konflikt

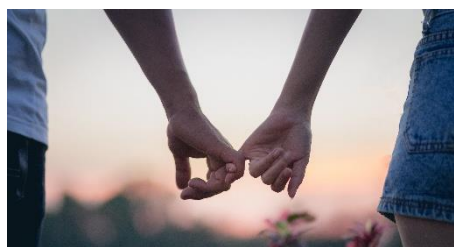
*Matthias Hofmann*

Mit dem terroristischen Angriff der Hamas auf Israel am 07. Oktober 2023 hat sich die Situation vor Ort grundlegend geändert. Mit einem Blick auf die Vorgeschichte soll die politisch verfahrenere Situation deutlich gemacht und die Perspektive auf mögliche Varianten aufgezeigt werden. Eine kompetente Einschätzung der Lage liefert uns an diesem Abend der Historiker und Orientalist, Matthias Hofmann. Als ehemaliger Verbindungsoffizier und landeskundlicher Berater der Bundeswehr kennt er den Nahen Osten sehr gut.

**241-1146**

Donnerstag, 21.3.2024, 19.30-21 Uhr

Filderstadt-Plattenhadt, Mörikesaal Bürgerhaus, Uhlbergstraße 37, € 12



Adobe Stock

### Küssen kann man nicht alleine – Vortrag für Paare

*Volker Stöckmann*

Zusammenbleiben – aber wie? Oder lieber ein Ende ohne Schrecken ....

An diesem Abend werden anhand von Beispielen aus dem Paaralltag Lösungsansätze aufgezeigt, wie Sie Ihr gemeinsames Leben wieder leichter erleben können.

Ein Vortrag aus dem Werkzeugkasten eines Mediators und Scheidungsanwalts.

Anmeldung erforderlich!

**241-1745**

Montag, 8.4.2024, 18.30-20 Uhr

Leinfelden, VHS am Neuen Markt, Atelier, € 14

### Volkshochschule Leinfelden-Echterdingen

Neuer Markt 3, 70771 Leinfelden-Echterdingen

Tel. 0711 1600-315, Fax 0711 1600-305

E-Mail: vhs@le-mail.de

Internet: www.vhs-le.de

### Das 1x1 der Geldanlage – Aktien, ETFs & Co

*Volker Reif*

Hohe Inflation und niedrige Zinsen. Wer nur in Tages- und Festgeld investiert, verliert stetig an Kaufkraft.

**241-1733T**

Donnerstag, 21.3.2024, 18-21 Uhr

Leinfelden, VHS am Neuen Markt, Atelier, € 19

### Aufräumen im Innen & Außen – durch Struktur und Ordnung zum Wohlfühl-Zuhause

*Sandra Hoffmann*

Im Workshop erfährst du, wie wichtig dein Mindset ist, welche Motivationstypen und Aufräumprinzipien es gibt, und du erhältst am Beispiel der Küche Anleitungen, Tipps und Tricks, die du sofort in deinem Zuhause umsetzen kannst. Mit neuen Routinen erschaffst du in deinem Leben eine neue Struktur, um Ordnung selbstständig und nachhaltig in dein Leben einziehen zu lassen.

**241-1625**

Montag, 15.4.2024, 18.30-20.30 Uhr

Leinfelden, VHS am Neuen Markt, Raum 1, € 15

### Erkrankungen der Prostata

In Kooperation mit der Kassenärztlichen Vereinigung Baden-Württemberg (KVBW)

*Dieter Dr. med. Hammer*

Mit zunehmendem Alter vergrößert sich die Prostata durch ein gutartiges Drüsenwachstum. Dies ist keine Erkrankung, sondern eine normale Entwicklung. Dadurch können jedoch Beschwerden auftreten, die sich in häufigem Harndrang äußern, insbesondere nachts und in einer verzögerten Blasenentleerung. Neben der gutartigen Vergrößerung gibt es auch bösartige Veränderungen. Beim Arzt-Patienten-Forum informiert der Referent über Vorsorgemöglichkeiten, Diagnostik und Verlauf der Erkrankungen der Prostata und stellt moderne und alternative Behandlungsmöglichkeiten vor.

**241-5113**

Montag, 8.4.2024, 19.30-21 Uhr

Leinfelden, VHS am Neuen Markt, Raum 1, € 5

### Digitalisierung im Gesundheitswesen:

Interessante Anwendungen für gesetzlich Versicherte

*Dr. Stephanie Freundner-Hagestedt, Monika Kopp*

Die Digitalisierung im Gesundheitswesen geht uns alle an. Einige Anwendungen gibt es schon, andere werden bald kommen. Gut informiert, können Sie die Vorteile der Digitalisierung besser nutzen. Wir geben Ihnen einen Überblick über die Anwendungen, die für Sie als gesetzlich Versicherte interessant sind. Gerne beantworten wir auch Ihre Fragen.

**241-5115H**

Dienstag, 16.4.2024, 18.30-20 Uhr

Leinfelden, VHS am Neuen Markt, Raum 2

Bitte geben Sie bei der Anmeldung an, ob Sie vor Ort oder online teilnehmen.

### Brisante Kunstwerke des europäischen 19. Jahrhunderts

*Elena Konson*

Obwohl viele Kunstwerke aus den vergangenen Zeiten auch heute bewundert werden, werden sie heute ganz anders wahrgenommen als zur Zeit ihrer Entstehung: viele Details können nicht mehr interpretiert werden, ihre Neuartigkeit oder Verwurzelung in der Tradition sind ebenso schwer nachvollziehbar, wie ihr Bezug zur damaligen politischen oder gesellschaftlichen Situation. In diesem Vortrag versuchen wir, Kunstwerke mit den Augen ihrer Zeitgenossen zu betrachten, und beantworten beispielsweise die Fragen, wie ein sensationeller Schiffbruch zu einem Universal Symbol werden konnte oder was antike Mythologie mit der damals zeitgenössischen Politik zu tun hat. Es werden Werke von F. de Goya, J.-L. David, T. Géricault u. a. betrachtet.

**241-1505**

Dienstag, 26.3.2024, 19-20.30 Uhr

Leinfelden, VHS am Neuen Markt, Raum 1, € 15

## Sprachen

### Biblisches Hebräisch

Kleingruppe mit 5-10 Teilnehmenden

*Josef Herbasch*

In diesem Kurs bekommen Sie einen ersten Einblick in die Schönheit des biblischen Hebräischs. Es sind keinerlei Vorkenntnisse notwendig. Neben dem Erlernen der hebräischen Schrift wird Ihnen die Grundstruktur der hebräischen Grammatik vermittelt. Zudem erfahren Sie Hintergrundwissen über die hebräische Sprache und das Judentum von biblischen Zeiten bis heute. Von Beginn an soll das erlernte Wissen in der Übersetzung erprobt werden. Das notwendige Kursmaterial wird in der ersten Stunde bekannt gegeben.

**241-3630**

Donnerstag, ab 21.3.2024, 19.30-21 Uhr, 12 mal  
Leinfelden, VHS am Neuen Markt, Raum 3, € 150

### Vorbereitung auf das schriftliche Abitur in Spanisch- Online-Kurs

Kleingruppe mit 6-9 Teilnehmenden

*Anita Glunz*

In diesem Intensivkurs soll gezielt die schriftliche Ausdrucksfähigkeit trainiert werden, indem beispielhaft eine aspektbezogene Zusammenfassung, eine Analyse und eine argumentierende bzw. gestaltende Textaufgabe besprochen wird. Dabei verfassen die Teilnehmer eigene Texte und erhalten eine individuelle Korrektur, sowie Redemittel und Zusammenfassungen wichtiger Grammatikthemen an die Hand. Inhaltlich können einzelne Fragen zu den Sternenthemen bzw. Landeskundethemen geklärt werden.

**241-3502W**

Dienstag, 2.4. bis Fr, 5.4.2024, 10.30-12.45 Uhr  
VHS-Webseminar - live im Internet, mitmachen von überall, € 18 (Keine Ermäßigung möglich)  
gefördert durch die Kleesattel-Stiftung

## Öffnungszeiten:

Mo, Di, Mi, Fr, 8–12 Uhr &  
Mi 14–18 Uhr

Zu allen Veranstaltungen ist eine Anmeldung erforderlich.  
Bei Anmeldung gelten die Allgemeinen Geschäftsbedingungen.

## Gesundheit und Bewegung

### Stressbewältigung durch Malen

Tatjana Seiffarth

Anhand von Good-to-know Einheiten, schauen wir uns gemeinsam an woher Stress kommt, warum wir uns gestresst fühlen und wie du durch einfaches Malen in die Entspannung findest

241-1615

Samstag, 23.3.2024, 10-13 Uhr

Leinfelden, VHS am Neuen Markt, Atelier, € 19

### Gyrokinesis®

Yan Lu

Die Methode versteht den menschlichen Körper als Einheit und die Wirbelsäule als seinen zentralen Träger. Fließende, kreis- und spiralförmige Bewegungsabläufe werden durch verschiedene Atemtechniken miteinander verbunden. Im Gyrokinesis® trainieren wir sitzend auf dem Stuhl, auf dem Boden und im Stehen. Die harmonisierende Kombination aus Entspannung und Energie verbessert das Wohlbefinden spürbar.

241-5844

Donnerstag, 11.4.2024, 20.15–21.15 Uhr, 8 mal  
Leinfelden, VHS am Neuen Markt, Gesundheitsraum, € 54

## Für Kinder

### It's showtime - Showtanz in den Osterferien

Für Kinder bis zur 6. Klasse

Sandra Mattes

Es wird eine Choreografie erlernt, die an Musik, Schrittfolgen und Darstellung auf den Grundschulbereich bis zur 6. Klasse zugeschnitten ist. Wir tanzen Hip Hop, Showdance, Musical, Zumba Kids - alles kindgerecht.

Mit einfachen Requisiten und technischen Hilfsmitteln, wie Schwarzlicht und sonstiger Beleuchtung, erarbeiten wir eine tolle Show.

241-5902

Dienstag, 2.4.2024, 10-13 Uhr, 3 mal

Leinfelden, VHS am Neuen Markt, Gesundheitsraum, € 44 (Keine Ermäßigung möglich)

### Kindheit in Afrika (ab 8 Jahre)

Kindervortrag

Matthias Hofmann

Wer eine Gruppe von kleinen Kindern sieht, denen eine alte Frau Erdnüsse schält, während sie eine Geschichte erzählt, der mag denken: In Afrika möchte ich auch Kind sein! Doch die sorglose Kleinkindzeit endet früh für Jungen und Mädchen auf dem Lande. Aber es gibt auch noch andere Kindheiten in Afrika, Kinder die spielen und zur Schule gehen dürfen oder aber auch Kinder die Hungerleiden. Einzelne Schicksale möchte euch der Vortrag vorstellen.

241-1102

Freitag, 22.3.2024, 15-16 Uhr

Leinfelden, VHS am Neuen Markt, Atelier, € 10

### PowerPoint und ...

Für Jugendliche ab 5. Klasse - Kurs in den Osterferien

Rumeysa Akyol

Es wird das Rüstzeug vermittelt, das zum Schreiben von Texten oder Referaten benötigt wird und bei den täglichen Hausaufgaben hilft. Schwerpunktmäßig werden Kenntnisse über PowerPoint vermittelt, mit dem die Schüler/-innen ihre Hausarbeiten gekonnt präsentieren können.

241-2982

Montag, 25.3.2024, 13.30-17 Uhr

Musberg, VHS im Rathaus, Filderstr. 14, EDV-Raum, € 10 (Keine Ermäßigung möglich)

### Frei sprechen vor der Klasse - kein Problem

Für Kinder und Jugendliche der Klassen 5-8

Philipp Falser

In einer kleinen Gruppe üben wir, wie ihr durch Teilnahme am Unterricht glänzen könnt, indem ihr Probleme wie zu leises oder undeutliches Sprechen, undisziplinierte Wortbeiträge, Rot-werden und "Ladehemmungen" vermeidet. Dazu gibt es Übungen zur Körpersprache und jede Menge Tipps zu Referaten und Präsentationen über Themenauswahl, Materialauswahl, Gliederung, Anfertigung von Anschauungsmaterial bis hin zur überzeugenden Darbietung.

241-2040

Donnerstag, 4.4.2024, 10-14 Uhr

Leinfelden, VHS am Neuen Markt, Atelier, € 25

## Beruf und EDV

### Outlook effizient nutzen

Petra Groeger

- Autosignatur und E-Mail-Formate
- Regelassistent: Automatische Verteilung von E-Mails, Spamfilter
- Kontakte und Verteilerlisten erstellen
- Kalender: Termineingabe, -bearbeitung und Sorientermine
- Aufgabenverwaltung
- Archivierung und Datensicherung von E-Mails

241-2565

Mittwoch, 20.3.2024, 9-12.30 Uhr

Musberg, VHS im Rathaus, Filderstr. 14, EDV-Raum, € 46

### Fit am PC mit Excel - Grundlagen

Petra Groeger

In diesem Kurs lernen Sie, wie mit einem Tabellenkalkulationsprogramm häufig wiederkehrende Berechnungen schnell und zuverlässig erledigt werden können.

Fachkürsförderung möglich

241-2541

Dienstag, ab 9.4.2024, 9-12 Uhr, 5 mal

Musberg, VHS im Rathaus, Filderstr. 14, EDV-Raum, € 185 (inkl. 18 € Materialkosten)



Volkshochschule  
Leinfelden-Echterdingen

## Kochen



Adobe Stock

### Sushi-Kurs

Namiko Saito-Holzwarth

In diesem Kurs lernen Sie, klassische japanische Sushi herzustellen. Es werden von Hand geformte Reisbällchen und gerollte Sushi mit Nori-Algen, mit verschiedenen Sorten frischem Fisch u. a. zubereitet.

241-5054

Mittwoch, 20.3.2024, 17.30-21.30 Uhr

Leinfelden, Ludwig-Uhland-Schule, Zimmer 39/40, Küche, Eingang kleiner Parkplatz (Ecke Bahnhof-/Stuttgarter Straße), € 45

## Kreativ

### Österliche Deko für Kinder von 6-12 Jahren

Sandra Mattes

Aus Naturmaterialien, verschiedenem Papier und anderen tollen Materialien stellen wir hübsche Osterdeko für Tisch und Fenster her. Ihr könnt alles nach eurem Geschmack arbeiten und gestalten!

241-4114

Samstag, 23.3.2024, 9-12 Uhr

Leinfelden, VHS am Neuen Markt, Raum 3, € 18

### Schreinerkurs - Zusammenklappbares Beistelltischchen

Lisa Vandea

Der Kurs vermittelt die notwendigen Kenntnisse beim Umgang mit der Stichsäge, Bohrmaschine und dem Akkuschauber sowie typische Arbeitsgänge wie exaktes Zuschneiden, Dübeln, Verschrauben und der Oberflächenbehandlung. Alle Arbeitsschritte werden ausführlich erklärt, es sind keine Grundkenntnisse nötig! Werkzeug und Maschinen werden zur Verfügung gestellt.

Sie nehmen am Ende des Kurses Ihr Werkstück fertig montiert mit nach Hause (Maße: 29x27cm, Höhe 38cm)

241-4413

Sonntag, 7.4.2024, 10-17 Uhr

Musberg, VHS im Rathaus, Filderstr. 14, Raum 11, Kreativraum, € 84